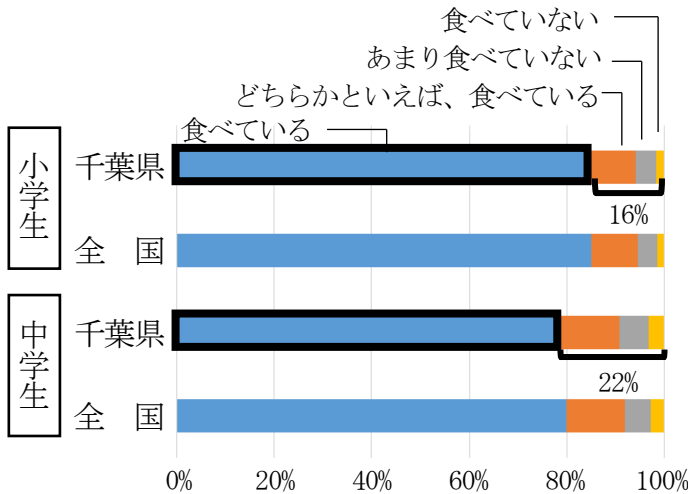


# 毎日、朝食を食べて登校していますか？

令和4年度全国学力・学習状況調査（児童・生徒質問紙）で、「朝食」についての質問に対する千葉県の児童生徒の回答結果（割合）は、次のようになりました。

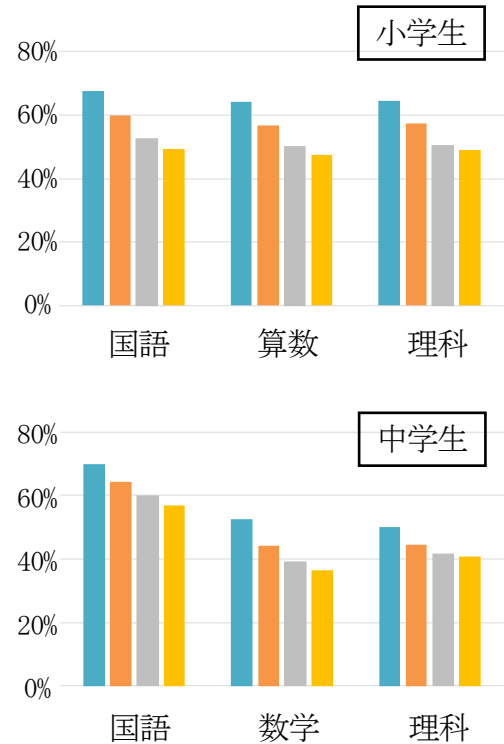
**質問** 朝食を毎日食べていますか。

【朝食を毎日食べている子供の割合（令和4年度）】



■「朝食を毎日食べている」と回答したのは、小学生84.5%、中学生78.0%で、全国平均と同程度の結果でした。朝食を毎日、食べているわけではない子供が約16~22%います。

【朝食を食べている子供と平均正答率の関係】



**午前中の学習に集中できるようにするには、毎日朝食を食べて登校するなど、基本的な生活リズムを整えることが重要です。**

※右グラフから「毎日朝食を食べている子供ほど正答率が高い」傾向が見られます。

「早寝」「早起き」「朝ご飯」は、子供たちの生活リズムをつくる上で、非常に重要です。「きちんと食べて登校しましょう」など全校で取り組んでいる学校も多いでしょう。

一方で、働き方は家庭によって様々で、保護者が夜遅くまで仕事をしていたり、早く出勤したりと、子供たちの「食」にまで手が回らないケースがあるかもしれません。全体指導ばかりでなく、「おにぎりをつくって置いておく」や「子供が食パンを焼ける」など準備しておく、といった家庭でできる工夫を、状況に応じて保護者に伝えていくことも考えられます。また、「朝食が当たり前のように準備されている」子供たちも、中学生であれば月に1回くらいは、自立に向けて、自分で朝食を作るよう呼び掛けるなど、学校と家庭で連携して取り組みましょう。